

ONLINE GYŰLÉS BEVEZETŐ

Sziasztok, vagyok, alkoholistá, szeretettel üdvözöllek benneteket „....“ csoportunk mai online gyűlésén, ami szokás szerint egyórás lesz. Megkérem társunkat, hogy olvassa fel a meghatározást.

Sziasztok, ... vagyok, alkoholistá, ma napja nem kellett innom. A gyűlés jellege miatt megkérek mindenkit, hogy zárja be a gépén/telefonján a egyéb futó alkalmazásokat, amelyek esetleg zavarnák az erős kapcsolatot a gyűlés ideje alatt. A háttérzaj elkerülése érdekében megkérek mindenkit, hogy némítsa el a mikrofonját, és csak akkor kapcsolja be, ha szeretne megosztani. Ha valaki elveszne a gyűlés alatt, az próbáljon újra bejelentkezni.

Mi azért jövünk össze ezeken a gyűléseken, hogy megosszuk egymással betegségünkkel és felépülésünkkel kapcsolatos tapasztalatainkat és érzéseinket, megoldandó feladatainkat. Csak önmagunkról beszélünk, egyes szám első személyben, nem említünk kezelőhelyeket, az ott dolgozók neveit. Nálunk hagyomány, hogy megosztási szándékunkat kézfeltartással jelezzük, mindenkit végighallgatunk. Nem vágunk egymás szavába, nem teszünk fel és nem válaszolunk meg kérdéseket, nem kritizálunk, nem vitatkozunk. Nyitott szívvel figyelünk a szólóra, egymásban a hasonlóságot, nem a különbözőséget keressük. Kérlek benneteket, hogy tartózkodjatok a hosszadalmas hozzászólásoktól és a nem ideillő beszédtől. Senki nem kötelezhető megszólalásra, s ami itt elhangzik, az maradjon köztünk – vedd ki belőle, ami neked hasznos, a többit hagyd itt.

Megkérdézem, hogy van-e valaki, aki először van A.A.-gyűlésen és alkoholproblémája van, illetve először van ebben a csoportban? Van-e valakinek virtuális éremesélye: 24 órás, 1,2,3,6,9 hónapos? Kíván-e valaki születésnapot bejelenteni?

Volt-e valakinek az elmúlt időszakban a betegségünkkel, illetve a felépülésünkkel kapcsolatban olyan élménye, akár pozitív, akár negatív, amit a gyűlés kezdetén szeretne röviden megosztani?

Most megkérem társunkat, hogy olvassa fel a „Hogyan működik“ megfelelő szakaszait.